

Prova de Aferição de Educação Física
Prova 59 | 5.º Ano de Escolaridade | 2019

Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho

Duração da Prova: 120 minutos. | Tolerância: 30 minutos.

9 Páginas

Versão 1 – a aplicar nos dias 20, 21, 22 e 23 de maio de 2019

GUIÃO

1 – Instruções gerais de realização da prova

A prova é constituída por duas partes, PARTE A e PARTE B, realizadas obrigatoriamente em dias distintos, mas durante o período de vigência da prova. Na primeira sessão, os alunos realizam a PARTE A da prova, constituída pelas tarefas 1, 2, 3, 4 e 5. Na segunda sessão, realizam a PARTE B, constituída pelas tarefas 6, 7 e 8.

A duração prevista de cada uma das partes é 60 minutos. A tolerância de 30 minutos pode ser usada numa das partes da prova ou distribuída por ambas. No Quadro 1, apresentam-se a duração prevista para cada uma das tarefas e a forma de organização dos alunos. O tempo despendido na preparação dos espaços e dos materiais e na preparação e organização dos alunos não é contabilizado no tempo destinado à realização da prova.

A duração prevista para cada tarefa é uma estimativa. A prova só é dada por terminada após todos os alunos terem sido observados na execução de todas as tarefas.

Quadro 1 – Duração prevista para cada uma das tarefas da prova e organização dos alunos

Ativação geral Explicação da PARTE A da prova Experimentação das tarefas 1, 2, 3 e 4	(de 15 a 20 minutos)	
PARTE A	Duração prevista	Organização dos alunos
Tarefa 1 – Sequência de Ginástica no Solo Tarefa 2 – Subida para Pino Tarefa 3 – Saltos à Corda Tarefa 4 – Salto de Eixo	30 minutos	Individual
Tarefa 5 – Jogo Desportivo Coletivo (Voleibol ou Futebol)	30 minutos	Grupos de 4 ou 3

Ativação geral Explicação da PARTE B da prova	(de 10 a 15 minutos)	
PARTE B	Duração prevista	Organização dos alunos
Tarefa 6 – Percurso de Patinagem	20 minutos	Individual
Tarefa 7 – Jogo (Bola no Fundo)	25 minutos	Grupos de 3
Tarefa 8 – Dança Tradicional (Regadinho ou Erva-cidreira)	15 minutos	Pares

O professor aplicador e os professores classificadores preparam o espaço e os materiais com antecedência.

Os alunos fazem exercícios de ativação geral, sob a orientação do professor aplicador, antes de cada parte da prova.

Antes da realização de cada tarefa, os professores classificadores devem explicá-la aos alunos, segundo as indicações do ponto 2 (Descrição das tarefas da prova – páginas 3, 4, 5, 6, 7, 8 e 9).

Os alunos realizam as tarefas com coletes de identificação, numerados segundo a lista ordenada da turma, e respeitando a sequência e as condições de realização descritas na prova. Após a realização de cada tarefa, os alunos regressam ao lugar indicado pelo professor aplicador. Enquanto esperam pela tarefa seguinte, os alunos podem beber água, de acordo com a indicação do professor aplicador.

O professor organiza os grupos de acordo com as condições de realização das tarefas e com as instruções definidas na Informação Complementar publicada pelo IAVE, I.P.

Os professores aplicadores devem acompanhar os alunos na realização das tarefas e apenas devem intervir caso a integridade física dos alunos possa estar em causa. Se for necessária ajuda ou manipulação, considera-se que o aluno tem insucesso na tarefa.

Ao professor aplicador compete garantir a segurança dos alunos na realização da prova, designadamente identificando os alunos que não reúnam condições para realizar alguma das tarefas. Esta informação deve ser dada aos professores classificadores.

Durante a prova, o registo da observação dos desempenhos dos alunos é efetuado pelos professores classificadores, na Ficha de Registo da Observação, de acordo com as instruções e com os Critérios de Classificação.

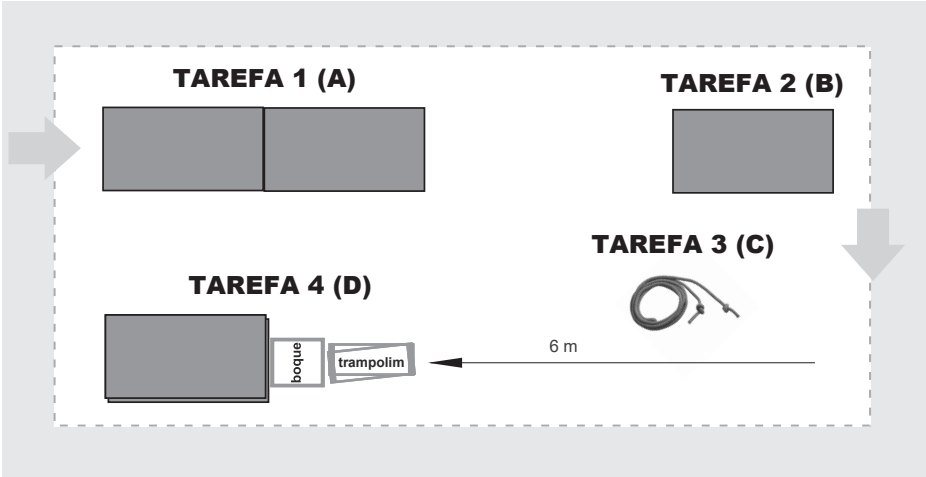
2 – Descrição das tarefas da prova

Antes da realização de cada uma das tarefas, um professor classificador explica-a aos alunos. A explicação é dada através da leitura do enunciado da tarefa, sem informações nem esclarecimentos adicionais.

Na Tarefa 5, o professor aplicador opta pela realização de um dos jogos desportivos coletivos, Tarefa 5A – Voleibol ou Tarefa 5B – Futebol. Na Tarefa 8, opta por uma das danças tradicionais, Regadinho ou Erva-cidreira. Todos os alunos da turma são avaliados nas mesmas tarefas.

PARTE A

Os alunos realizam em percurso as Tarefas 1, 2, 3 e 4.	
Tarefa 1 – Sequência de Ginástica no Solo	
Enunciado da tarefa (a ler aos alunos)	Realiza a sequência gímnica no solo, combinando, pela seguinte ordem: 1. cambalhota à frente, terminando com os pés juntos; 2. salto vertical com meia pirueta; 3. cambalhota à retaguarda, terminando com os pés juntos. De seguida, faz a tarefa 2.
Tarefa 2 – Subida para Pino	
Enunciado da tarefa (a ler aos alunos)	Sobe para pino, apoiando as mãos no colchão, recua as mãos até ultrapassares a linha marcada e sobe o apoio dos pés até estares alinhado na posição de pino. Volta à posição inicial, sem cair. De seguida, faz a tarefa 3.
Tarefa 3 – Saltos à Corda	
Enunciado da tarefa (a ler aos alunos)	Salta à corda seis vezes seguidas a pés juntos e no mesmo lugar. Passa a corda por baixo dos pés, uma vez em cada salto. De seguida, faz a tarefa 4.

Tarefa 4 – Salto de Eixo	
Enunciado da tarefa (a ler aos alunos)	<p>Realiza, após corrida de balanço e chamada a pés juntos no trampolim, o salto de eixo no boque, com receção equilibrada no colchão.</p> <p>No final desta tarefa, volta ao lugar onde estavas no início da prova.</p>
Condições de realização das Tarefas 1, 2, 3 e 4	<p>Cada aluno realiza sequencialmente as tarefas 1, 2, 3 e 4, de acordo com o seguinte esquema:</p>  <p>Descrição do esquema:</p> <p>(A) dois colchões de ginástica unidos longitudinalmente;</p> <p>(B) afastados de outro colchão de ginástica colocado em frente de um plano vertical (parede, espaldar ou colchão de quedas disposto na vertical). No colchão de ginástica deve ser marcada, com giz ou fita adesiva, uma linha à distância de 30 cm do plano vertical;</p> <p>(C) espaço livre com 2 x 2 m de lado e uma corda de saltar, com aproximadamente 1 cm de diâmetro e com comprimento de 2,00 a 2,50 m;</p> <p>(D) espaço de corrida com cerca de 5 m, um trampolim (do tipo Reuther ou sueco), um boque com altura de 80 a 90 cm, colocado transversalmente, e um colchão de ginástica. É permitida outra organização do espaço e dos materiais, desde que a sequência e a distância entre os aparelhos sejam mantidas.</p> <p>Os alunos, enquanto esperam, devem visualizar nos cartazes a Sequência de Ginástica no Solo (Anexo 1) e a Subida para Pino (Anexo 2).</p> <p>Os alunos experimentam as tarefas 1, 2, 3 e 4 sequencialmente, uma única vez, antes de se proceder à observação e ao registo.</p> <p>O professor aplicador deve indicar aos classificadores quais os alunos que não deverão realizar alguma destas tarefas, por poderem pôr em risco a sua integridade física.</p> <p>Tempo previsto para a realização das tarefas de 1 a 4: 1 minuto por aluno.</p>

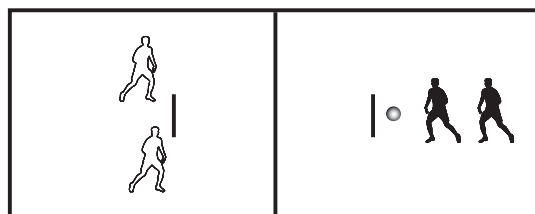
Tarefa 5 – Jogo Desportivo Coletivo | Voleibol ou Futebol

O professor aplicador escolhe um dos jogos e informa os professores classificadores. Todos os alunos são avaliados no mesmo jogo.

Tarefa 5A – Voleibol**Enunciado da tarefa**
(a ler aos alunos)

Com o teu companheiro, faz 2 ou 3 toques, com as duas mãos por cima, de modo a devolverem a bola para o campo oposto, por cima da rede.

A tarefa realiza-se num campo de dimensões reduzidas (8 x 4 m), com linha de serviço marcada no chão, a 2 m da rede. Rede a 2 m de altura, bola de voleibol de textura suave. O professor aplicador forma grupos de quatro alunos, de acordo com as indicações fornecidas na Informação Complementar publicada pelo IAVE, I.P.

Condições de realização
da Tarefa 5A**Lado B****Lado A**

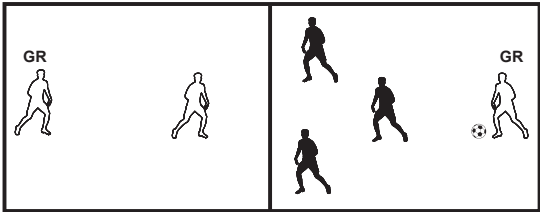
Cada um dos pares coloca-se no seu lado da rede. Cada jogada começa com serviço em passe, na linha marcada (lado A). Cada aluno serve (em passe) duas vezes, uma para cada um dos dois colegas que se encontram do outro lado da rede (lado B).

Os alunos que se encontram do lado B cooperam entre si, fazendo 2 ou 3 toques, para devolverem a bola para o lado A.

Os pares trocam de funções após 4 jogadas. Quando o serviço não for efetuado em condições de dar continuidade à jogada, os classificadores mandam repetir, não considerando essa jogada para a classificação dos alunos.

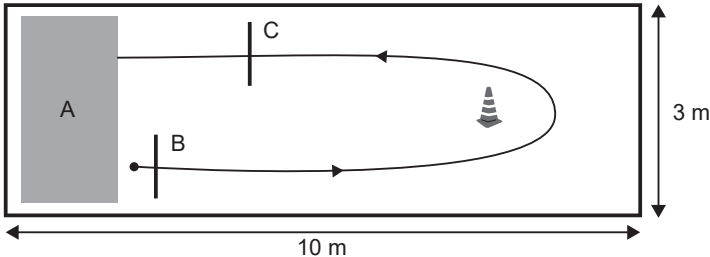
Se necessário, pode haver reorganização dos pares, de acordo com as indicações fornecidas na Informação Complementar publicada pelo IAVE, I.P.

Tempo previsto para a realização da tarefa: 3 minutos por grupo.

Tarefa 5B – Futebol	
Enunciado da tarefa (a ler aos alunos)	Com a tua equipa, joga contra uma defesa para marcarmos golos na baliza adversária. Quando a tua equipa perder a bola ou marcar golo, o jogo continua, mas agora na direção da outra baliza.
Condições de realização da Tarefa 5B	<p>A tarefa é uma situação de exercício de futebol, com superioridade numérica dos atacantes (3 x 1).</p> <p>O professor aplicador forma duas equipas de três alunos, de acordo com as indicações fornecidas na Informação Complementar publicada pelo IAVE, I.P. Uma das equipas, a dos atacantes, é composta pelos alunos a avaliar e a outra, a dos defesas, é constituída por dois guarda-redes (GR) e um defensor.</p> <p>Quando os três alunos atacantes já tiverem sido avaliados, trocam de funções com os três alunos defensores.</p> <p>Quando o número de alunos da turma não for múltiplo de 6, o último grupo a avaliar será completado com alunos de um grupo já avaliado.</p> <p>A tarefa realiza-se num campo de aproximadamente 20 x 10 m, com duas balizas e inicia-se com o passe do GR para um dos elementos da equipa posicionada no meio-campo A. Os três alunos progridem na direção da baliza do meio-campo B, para finalizar.</p> <p>Após a finalização ou quando a equipa atacante perder a bola, a bola é reposta em jogo pelo GR da baliza mais próxima, junto à sua baliza, para que a equipa volte a atacar para o meio-campo oposto.</p> <p>O aluno em situação defensiva coloca-se perto da baliza B ou da A, consoante o ataque se desenvolva na direção de uma ou de outra baliza, e só pode intervir defensivamente após a bola ter ultrapassado a linha de meio-campo.</p> <div style="text-align: center;"> <p>Meio-campo B Meio-campo A</p>  </div> <p>Se necessário, pode haver reorganização dos grupos, de acordo com as indicações fornecidas na Informação Complementar publicada pelo IAVE, I.P.</p> <p>A tarefa só termina quando todos os alunos tiverem sido avaliados.</p> <p>Tempo previsto para a realização da tarefa: 3 minutos por cada grupo de três alunos.</p>

FIM DA PARTE A

PARTE B

Tarefa 6 – Percurso de Patinagem	
Enunciado da tarefa (a ler aos alunos)	<p>Em patins e com capacete, coloca-te atrás da linha:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. arranca e desliza para a frente; 2. curva para contornares o cone; 3. desliza para a frente até à linha marcada e desliza de cócoras até ao colchão.
Condições de realização da Tarefa 6	<p>Esquema do percurso:</p>  <p>Corredor com 10 m de comprimento, delimitado por duas linhas paralelas, à distância de 3 m, marcadas no solo com fita adesiva, cones ou cordas.</p> <p>Um colchão de ginástica (A), colocado transversalmente no início do corredor. Duas linhas marcadas com giz ou com fita adesiva: uma à distância de 0,5 m do colchão (B) e outra à distância de 3 m do colchão (C). Um cone equidistante das linhas laterais do corredor e à distância de 2 m da linha final.</p> <p>O aluno inicia o percurso atrás da linha marcada (B), contorna o cone e termina após tocar no colchão com os patins, depois de realizar as habilidades enunciadas.</p> <p>O professor aplicador deve indicar aos classificadores quais os alunos que não deverão realizar esta tarefa, por poderem pôr em risco a sua integridade física.</p> <p>Tempo previsto para a realização da tarefa: 30 segundos por aluno.</p>

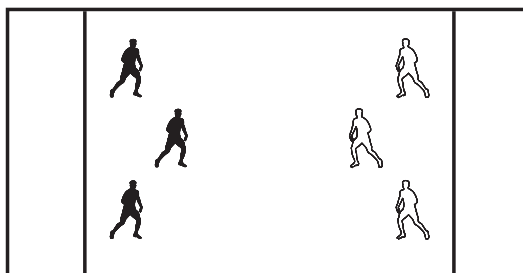
Tarefa 7 – Jogo (Bola no Fundo – 3 x 3)**Enunciado da tarefa**
(a ler aos alunos)

Joga com os teus companheiros o jogo da Bola no Fundo. O objetivo do jogo é colocar a bola na zona do fundo do campo adversário e evitar que a equipa adversária o faça, de acordo com as seguintes regras:

- a bola só pode ser jogada com as mãos;
- a equipa marca ponto sempre que um dos seus jogadores conseguir pousar a bola na zona do fundo do campo adversário; a bola não pode ser lançada para a zona de fundo;
- não se pode andar ou correr com a bola na mão;
- não se pode tirar a bola das mãos dos adversários;
- não é permitido empurrar, puxar ou agarrar os adversários.

Condições de realização
da Tarefa 7

Campo com dimensões aproximadas de 20 x 10 m, com uma linha marcada à distância de 1 m da linha final, que delimita a zona do fundo. Bola de textura suave (do tipo das usadas na ginástica rítmica).



O professor aplicador organiza as equipas de três alunos, de acordo com as indicações fornecidas na Informação Complementar publicada pelo IAVE, I.P.

Se houver um grupo com um número de alunos inferior a três, o grupo tem de ser completado com outros alunos da turma cujo desempenho já tenha sido avaliado.

Os alunos de cada equipa devem ser identificados com fitas ou coletes.

Os alunos autorregulam a sua participação de acordo com as regras do jogo.

Tempo previsto para a realização da tarefa: 5 minutos por jogo.

Tarefa 8 – Dança Tradicional (Regadinho ou Erva-cidreira)

O professor aplicador escolhe uma das danças e informa os professores classificadores. Todos os alunos são avaliados na mesma dança.

Enunciado da tarefa (a ler aos alunos)	Dança o Regadinho com o teu par. ou Dança a Erva-cidreira com o teu par.
Condições de realização da Tarefa 8	<p>O professor aplicador informa os classificadores da dança que os seus alunos vão realizar, e os classificadores leem o enunciado da tarefa conforme essa indicação.</p> <p>Todos os alunos da turma são avaliados na mesma dança, que é escolhida pelo professor aplicador.</p> <p>A tarefa realiza-se numa zona livre de obstáculos, à volta de um círculo delimitado no chão com giz ou com cones, de dimensões adequadas à dança escolhida.</p> <p>O professor aplicador forma pares, organizados em grupos de 4 pares.</p> <p>Os pares colocam-se em roda, na posição inicial correspondente à coreografia que irão dançar. Se não houver pares em número suficiente, o grupo deverá ser completado com alunos que já tenham sido avaliados na tarefa.</p> <p>O professor classificador dá início à tarefa com a reprodução do ficheiro áudio que contém a música correspondente à dança selecionada.</p> <p>Repete-se a música até que todos os alunos sejam avaliados.</p> <p>Tempo previsto para a realização da tarefa: 3 minutos por grupo.</p>

FIM DA PROVA

Anexo 1 – Cartaz de demonstração da Tarefa 1



1.º – Cambalhota à frente, terminando com os pés juntos

2.º – Salto vertical com meia pirueta

3.º – Cambalhota à retaguarda, terminando com os pés juntos

Sequência de Ginástica no Solo – Versão 1

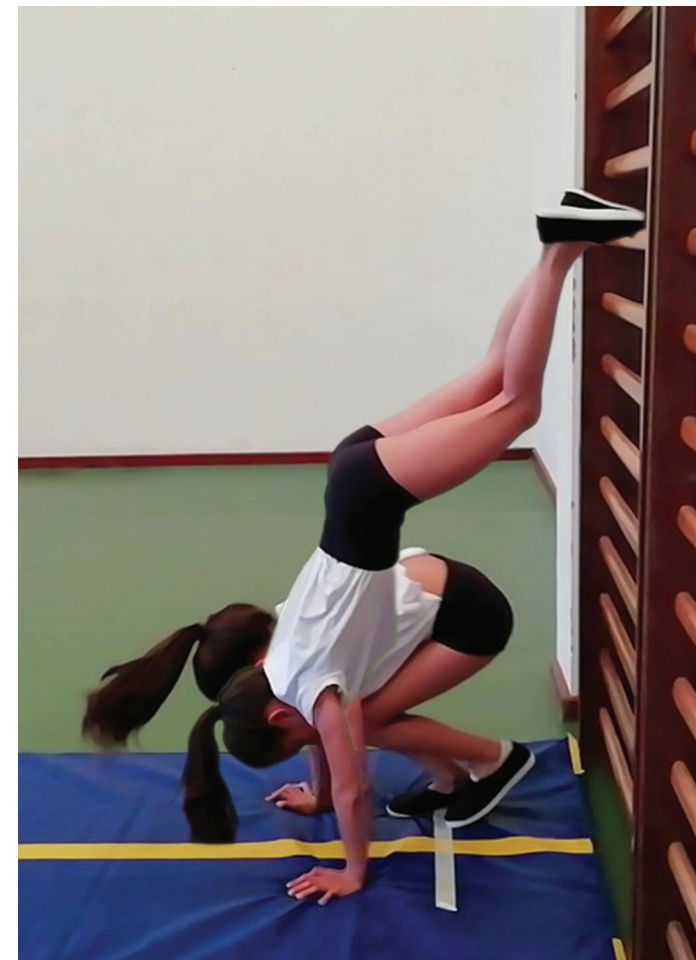
Anexo 2 – Cartaz de demonstração da Tarefa 2



1.º – Subida



2.º – Pino



3.º – Descida

Subida para pino – Versão 1